



WELL CHILD EXAM - LATE CHILDHOOD: 10 YEARS
(Meets EPSDT Guidelines)

DATE

CUỐI TUỔI TRẺ THƠ: 10 TUỔI

**PHỤ HUYNH VÀ ĐÚA TRẺ
ĐIỀN VỀ ĐÚA TRẺ**

TÊN ĐÚA TRẺ			NGÀY SANH	
CÁC DỊ ỨNG			THUỐC MEN HIỆN TẠI	
CÁC BỆNH TẬT/TAI NẠN/TRỎ NGAI/QUAN TÂM KẾ TỪ LẦN KHÁM CUỐI				
CÓ KHÔNG		CÓ KHÔNG		
<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Con tôi ăn sáng hằng ngày. <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Con tôi học được ở trường. <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Con tôi có một hay nhiều bạn thân.		<input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Con tôi có vẻ khỏe khoắn khi thức dậy. <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Con tôi đối phó thích ứng với sự căng thẳng, tức giận, chán nản. <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Con tôi có vận động thể chất hằng ngày.		
WEIGHT KG./OZ. PERCENTILE	HEIGHT CM/IN. PERCENTILE	BLOOD PRESSURE		
<input type="checkbox"/> Review of systems <input type="checkbox"/> Review of family history				
Screening:	N	A		
Development	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Behavior	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Social/Emotional	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>		
Vision	R 20/	L 20/		
	MHZ	R	L	
Hearing	4000			
	2000			
	1000			
	500			
Physical:	N	A	N A	
General appearance	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Skin	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Head	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Eyes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Ears	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nose	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Oropharynx/Teeth	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Neck	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Nodes	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Mental Health	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
Describe abnormal findings:				
<hr/> <hr/> <hr/>				
IMMUNIZATIONS GIVEN				
REFERRALS				
NEXT VISIT: 12 YEARS OF AGE		HEALTH PROVIDER NAME		
HEALTH PROVIDER SIGNATURE		HEALTH PROVIDER ADDRESS		

DHS 13-685C VI (REV. 08/2001)

 SEE DICTATION

DISTRIBUTION: White - Physician Yellow - Parent/Guardian

LATE CHILDHOOD: 10 YEARS

Guidance to Physicians and Nurse Practitioners for Late Childhood (10 years)

The following highlight EPSDT screens where practitioners often have questions. They are not comprehensive guidelines.

Fluoride Screen

Check with local health department for fluoride concentration in local water supply, then use clinical judgment in screening.

Hemoglobin/Hematocrit (Hgb/Hct) Screen

- Using your own practice experience, evaluate the need, timing and frequency of hematocrit tests.

Total Cholesterol/Lipoprotein Screens

- Screen children with a parent or grandparent with premature (before age 55) cardiovascular disease.
- Recommend lipoprotein screen for children with a total cholesterol equal to or greater than 170 on two tests with a parent whose cholesterol is greater than or equal to 249 mg/dl.

Developmental Milestones

Always ask parents if they have concerns about development or behavior.

Notes: Immunization schedules are from the Advisory Committee on Immunization Practice of the U.S. Centers for Disease Control and Prevention.



KHÁM TRẺ KHỎE MẠNH - CUỐI TUỔI TRẺ THƠ: 10 TUỔI

WELL CHILD EXAM - LATE CHILDHOOD: 10 YEARS

(Đáp Ứng Chỉ Tiêu EPSDT)

NGÀY

CUỐI TUỔI TRẺ THƠ: 10 TUỔI

PHỤ HUYNH VÀ ĐÚA TRẺ ĐIỀN VỀ ĐÚA TRẺ	TÊN ĐÚA TRẺ		NGÀY SANH	
	CÁC DỊ ỨNG		THUỐC MEN HIỆN TẠI	
	CÁC BỆNH TẬT/TAI NẠN/TRỞ NGAI/QUAN TÂM KẾ TỪ LẦN KHÁM CUỐI			
	CÓ KHÔNG		CÓ KHÔNG	
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Con tôi ăn sáng hằng ngày.		Con tôi có vẻ khỏe khoắn khi thức dậy.	
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Con tôi học được ở trường.		Con tôi đối phó thích ứng với sự căng thẳng, tức giận, chán nản.	
	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>	<input type="checkbox"/>
	Con tôi có một hay nhiều bạn thân.		Con tôi có vận động thể chất hằng ngày.	
CÂN NẶNG KG./OZ. SỐ BÁCH PHÂN	CHIỀU CAO CM/IN. SỐ BÁCH PHÂN	ÁP HUYẾT		
<input type="checkbox"/> Xét lại các hệ thống <input type="checkbox"/> Xét lại quá trình gia đình		Chế độ ăn uống _____		
Khám truy tâm: Phát triển _____ Tính hạnh _____ Giao tế/Xúc cảm _____				
Ngủ _____				
Giáo Dục về Y Tế: (Đánh dấu hết những lớp đã hoàn tất) <input type="checkbox"/> Dinh Dưỡng <input type="checkbox"/> Chăm Sóc Răng <input type="checkbox"/> An Toàn <input type="checkbox"/> Ngủ Đủ <input type="checkbox"/> Phát Triển <input type="checkbox"/> Dây An Toàn <input type="checkbox"/> Mũ An Toàn <input type="checkbox"/> Tập Thể Dục Đầu Đặn <input type="checkbox"/> Dậy Thị <input type="checkbox"/> Hít Khói Thuốc/Hút Thuốc <input type="checkbox"/> Các Vấn Đề Nuôi Con <input type="checkbox"/> Giữ Trẻ <input type="checkbox"/> Các Vấn Đề Ở Trường				
Giám Định: _____				
Thể chất: Nhìn Chung <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> N A <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> N A Da <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Đầu <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mắt <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Tai <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Mũi <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Họng/Răng <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Cổ <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Cục u <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/> Tình Trạng Tâm Thần <input type="checkbox"/> <input type="checkbox"/>				
Mô tả các khám phá bất thường: _____ _____ _____				
ĐÃ CHỨNG NGÙA				
GIỚI THIỆU				
LẦN KHÁM KẾ TIẾP: LÚC 12 TUỔI		TÊN NƠI CHĂM SÓC SỨC KHỎE		
CHỮ KÝ NƠI CHĂM SÓC SỨC KHỎE		ĐỊA CHỈ NƠI CHĂM SÓC SỨC KHỎE		

Sức Khỏe của Con Em Quý Vị lúc 10 Tuổi

Các Điểm Mốc

Những cách con em quý vị phát triển trong khoảng từ 10 đến 12 tuổi.

Con em của quý vị đang mọc những răng vĩnh viễn, răng nanh và răng hàm.

Khoảng giữa 10 và 12 nhiều tuổi trẻ em bắt đầu tăng trưởng giống như người lớn. Con gái bắt đầu có ngực và có kinh. Con trai sẽ có râu và lông ở bộ phận sinh dục.

Hãy nói với con em của quý vị về sự thay đổi của cơ thể trước khi những chuyện này xảy ra. Con trai nên biết về mọc râu, thay đổi tiếng nói và xuất tinh trong khi ngủ. Con gái nên biết phải làm gì khi em bắt đầu có kinh.

Quý vị có thể giúp cho con em của quý vị học hỏi những điều mới bằng cách nói chuyện và chơi đùa với em. Hãy bày ra một trò chơi tập dùng tay để ra hiệu hoặc nói "Không" khi có người lạ muốn chở em đi.

Muốn Được Giúp hoặc Biết Thêm Tin Tức

Planned Parenthood, các cơ quan kế hoạch hóa gia đình, bộ y tế và các trường cao đẳng cộng đồng có những lớp "Mom and Me" hoặc "Dad and Me" giúp trong việc giải thích về trưởng thành cho các em trai và gái. Quý vị có thể gọi số 1-800-375-266.

An toàn về súng ống: Đường Dây Trực Tiếp về việc Cất Giữ Súng Ống An Toàn 1-800-LOK-IT-UP (565-4887)

An toàn về car seat: Liên Minh Bảo Vệ sự An Toàn, 1-800-BUCK-L-UP (tiếng nói) hoặc 1-800-833-6388 (Tiếp Âm TTY)

Các Chỉ Dẫn về Sức Khỏe

Con em của quý vị cần phải đến gặp bác sĩ ít nhất là cách mỗi năm một lần.

Em phải đi khám răng mỗi sáu tháng. Phải biết chắc chắn răng em đánh răng đúng cách với kem đánh răng có chất fluoride và dùng dây chỉ (floss) để chà răng mỗi ngày.

Quý vị nên tập thể dục với con em của quý vị từ 20 đến 30 phút mỗi ngày. Quý vị có thể đi bộ hoặc đi giày trượt có bánh xe với em. Đây là một thói quen quan trọng để em học.

Các Chỉ Dẫn về Nuôi Con

Hãy để cho con em của quý vị giúp quý vị trong việc hoạch định và làm những bữa ăn mỗi tuần. Đây là lúc tốt nhất để em tập chọn tất cả những bữa ăn bổ dưỡng.

Sự dụng chạm về thân thể, ôm áp, và hôn con em của quý vị để cho em biết rằng quý vị lưu tâm đến em. Vấn đề này rất quan trọng mặc dầu em không muốn quý vị làm như vậy trước mặt bạn bè của em.

Dạy cho em biết những điều em nên và không nên làm khi giận dữ. Học để giải quyết những chuyện cãi vã trong gia đình một cách êm thắm làm như vậy sẽ giúp cho em biết cách giải quyết êm đẹp những vụ cãi vã với bạn bè.

Các Chỉ Dẫn về An Toàn

Cần phải thực tập những phương thức an toàn trong nhà:

- Kiểm soát hệ thống báo hiệu khi có khói và thay pin nếu cần.
- Thực tập về cháy nhà và phải có lối thoát để thoát thân hoặc bò bên dưới khói.
- Lấy hết đạn trong tất cả các súng ra và khóa súng lại.
- Dùng dây an toàn khi chở em trên xe.
- Dùng mũ an toàn và miếng đệm (pads) đúng cách khi chạy xe đạp, giày trượt có bánh xe hoặc dùng xe scooter. Người lớn cũng phải đội mũ và mang miếng đệm!

Dạy cho con em quý vị an toàn về súng ống. Không bao giờ được chơi với súng thật. Nếu quý vị giữ súng trong nhà, nhớ lấy hết đạn ra và khóa súng lại.